АННОТАЦИЯ НА РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ

ОП 08 . «Теория и история физической культуры и спорта»

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Область применения программы:

программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 44.02.02 «Адаптивная физическая культура» Углубленная подготовка специалиста среднего звена. Программа учебной дисциплины предназначена для студентов заочной формы обучения.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: учебная дисциплина относится к общепрофессиональным дисциплинам профессионального цикла.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

уметь:

- ориентироваться в истории и тенденциях развития физической культуры и спорта;
- использовать знания истории физической культуры и спорта в профессиональной деятельности, в том числе при решении задач нравственного и патриотического воспитания детей, подростков и молодежи, для организации физкультурно-спортивной деятельности, анализа учебно-тренировочного и соревновательного процесса, повышения интереса к физической культуре и спорту;
- правильно использовать терминологию в области физической культуры;
- оценивать постановку цели и задач, определять педагогические возможности и эффективность применения различных методов, приемов, методик, форм физического воспитания и спортивной и оздоровительной тренировки;
- находить и анализировать информацию по теории и истории физической культуры, необходимую для решения профессиональных проблем, профессионального самообразования и саморазвития;

знать:

- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий;
- историю становления и развития отечественных и зарубежных систем физического воспитания и международного олимпийского движения;
- современные концепции физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки;
- задачи и принципы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки;

- средства, методы и формы физического воспитания, спортивной и оздоровительной тренировки, их дидактические и воспитательные возможности;

- основы теории обучения двигательным действиям;

- теоретические основы развития физических качеств;

- основы формирования технико - тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом;

- механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом;

- мотивы занятий физической культурой и спортом, условия и способы их формирования и развития;

- понятие "здоровый образ жизни" и основы его формирования средствами физической культуры;

- структуру и основы построения процесса спортивной подготовки;

- основы теории соревновательной деятельности;

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося **378** часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **46** часов
(практические занятия -10, теоретических -36).
самостоятельной работы обучающегося **332** часов

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	**378**
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	46
в том числе:	
теоретические занятия	36
практические занятия	10
контрольные работы	
курсовая работа (проект) (*если предусмотрено)*	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	332
Итоговая аттестация в форме экзамена 3 курс	

2.2. Содержание учебной программы

РАЗДЕЛ 1. История физической культуры и спорта

Тема 1.1. История и тенденции развития физической культуры и спорта

Тема 1.2. Возникновение и первоначальное развитие физической культуры и спорта в первобытном обществе.

Тема 1.3. Физическая культура и спорт в государствах древнего мира.

Тема 1.4.Физическая культура и спорт в древние века.

Тема 1.5. Создание международных спортивных объединений. Становление олимпийского движения.

Тема 1.6 Международное спортивное движение до Второй мировой войны.

Тема 1.7 Международное спортивное движение и олимпийское движение после второй мировой войны. Мировой спорт на современном этапе.

Тема 1.8 Физическая культура народов России с древнейших времен до второй половины 19 века.

Тема 1.9. Физическая культура и спорт в России со второй половины 19 века до1917 года.

Тема 1.10 Физическая культура и спорт в СССР до начала Великой Отечественной войны.

Тема 1.11. Физическая культура и спорт в СССР в годы Великой Отечественной войны. В послевоенные годы до начала 90 годов.

Тема 1.12. Реформирование физкультурного движения в стране после распада СССР. Физическая культура и спорт в конце 20,начале 21 века.

Тема 1.13. Зачет по первому разделу в форме тестов и защита мини-проектных индивидуальных заданий «Формирование культуры здорового образа жизни через олимпийское образование».

РАЗДЕЛ 2. Теория физической культуры и спорта. Средства и методы физического воспитания. Основы теории обучения двигательным действиям.

Тема 2.1 Понятийный аппарат теории физической культуры и спорта и взаимосвязь основных понятий.

Тема 2.2. Средства физического воспитания.
Тема 2.3. Методы физического воспитания
Тема 2.4. Общеметодические принципы физического воспитания.
Тема 2.5. Двигательные умения и навыки.
Тем 2.6. Структура процесса обучения.
Тема 2.7. Структура процесса обучения.
Тема 2.8. Сила и основы методики ее воспитания.
Тема 2.9. Скоростные способности и основы методики их воспитания.
Тема 2.10. Воспитание скоростно-силовых способностей.
Тема 2.11. Выносливость и основы методики ее воспитания.
Тема 2.12. Гибкость и основы методики ее воспитания.
Тема 2.13. Двигательно – координационные способности..
Тема 2.14. Теоретико-парктические основы развития физических качеств.

РАЗДЕЛ 3.Теория физической культуры и спорта. Структура и основы построения процесса физической подготовки. Формы физического воспитания.
Тема 3.1. Занятия физическими упражнениями как звенья процесса физического воспитания. Формы построения занятий.
Тема 3.2. Занятия урочного типа.
Тема 3.3. Занятия неурочного типа.
Тема 3.4. Формы организации занятий с детьми дошкольного возраста. Вариативные формы занятий.
Тема 3.5. Формы организации занятий с детьми младшего школьного возраста.
Тема 3.6. Формы организации занятий с детьми среднего школьного возраста.
Тема 3.7. Формы организации занятий с детьми старшего школьного возраста.

РАЗДЕЛ 4. Направленное развитие личности в процессе занятий физической культурой и спортом. Мотивы занятий физическая культура и спортом, условия и способы их формирования и развития. Физическая культура в различные периоды возрастного развития и основных сферах жизнедеятельности человека.

Тема 4.1 Стандарты второго поколения по предмету «Физическая культура» в школе.
Тема 4.2. Структура и содержание стандарта.
Тема 4.3. Формы организации образовательного процесса.
Тема 4.4. Результаты освоения содержания предмета «Физическая культура»
Тема 4.5. Содержание стандарта предмета «Физическая культура» в школе.
Тема 4.6. Организация внеклассной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в школе.
Тема 4.7.Здоровье сберегающие технологии на уроках физической культуры в школе.
Тема 4.8..Профилактика травматизма на уроках физической культуры в школе.
Тема 4.9. Итоговая аттестация по предмету «Физическая культура».
Тема 4.10. «ФГОС - Федеральный государственный образовательный стандарт по предмету «Физическая культура» в школе.
Тема 4.11.Оздоровительно-рекреационная физическая культура.
Тема 4.12..Оздоровительно – реабилитационная физическая культура Спортивно-реабилитационная физическая культура.
Тема 4.13..Гигиеническая физическая культура.
Тема4.14..Оздоровительная физическая культура. Основы построения оздоровительной тренировки.
Тема4.15.Физическая культура в период трудовой деятельности. Тураниматор. Физическая рекреация в сфере досуга человека.

Тема.4.16.Оздоровительная физическая культура. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик.
Тема 4.17.Концепция оздоровления «Оздоровительная система «Здрава».
Тема 4.18. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем . «Рецепт здоровья»
Тема4.19.Особенности физического воспитания обучающихся оздоровительной физической культурой.
Тема4.20.Блок образовательной программы ДЮСШОР «Олимпийское образование»
Тема4.21.Блок образовательной программы ДЮСШОР «Формирование культуры здоровья».
Тема4.22. Блок образовательной программы ДЮСШОР «Физическая культура и спорт»
Тема4.23.Особенности занятий физической культурой у детей с ослабленным здоровьем.
Тем 4.24. Особенности занятий физической культурой у двигательноодаренных детей.
Тема4.25.Особенности занятий физической культурой у детей с особыми образовательными потребностями и детей с девиантным поведением.
Тема4.26.Механизмы и средства развития личности в процессе физического воспитания и занятий спортом.

РАЗДЕЛ 5. Теория спорта.

Тема5.1.Сущность и значение спорта. Техника безопасности. Спорт в системе современного общества. Общая характеристика спорта.
Тема5.2.Основные понятия теории спорта.
Тема5.3.Принципы спортивной тренировки. Тренировочные и соревновательные нагрузки.
Тема5.4.Основные стороны спортивной тренировки. Спортивно-техническая подготовка.
Тема5.5. Основные стороны спортивной тренировки. Физическая подготовка.
Тема5.6. Основные стороны спортивной тренировки. Спортивно-тактическая подготовка.
Тема5.7. Основные стороны спортивной тренировки .Психологическая подготовка.
Тема5.8. Основные стороны спортивной тренировки. Интеллектуальная подготовка.
Тема5.9. Основные стороны спортивной тренировки. Интегральная подготовка.
Тема510.Основы построения процесса спортивной тренировки.
Тема5.11.Структура тренировочного занятия и тренировочного дня.
Тема5.12.Основы формирования технико-тактического мастерства занимающихся физической культурой и спортом.
Тема5.13.Формы контроля в спортивной тренировке.
Тема5.14.Отбор и ориентация спортсменов в процессе многолетней подготовки.
Тема5.15.Мотивы занятий физической культурой и спортом.
Тема5.16.Основы теории соревновательной деятельности.